

2021年度協定留学プログラム
派遣学生留学状況報告書（最終）

非公開希望	項目	内容
	所 属	国際社会科学部 ／国際社会科学 国際社会科学科／専攻 科 2年（留学年次） 3年（帰国年次）
原則 公開	留学先	※大学名、学部、学科名を記入してください。 リヨン政治学院 DEFS コース（前期）、AEP コース（後期）
原則 公開	留学期間	※実際の留学期間（留学先での授業期間）を記入してください。 2021年8月31日～2022年5月30日 出国日 2021年9月5日 最終帰国日 2022年6月10日

留学の状況について、各項目について書いてください（合計1,500字以上）。これから海外留学をする学生にとって貴重な情報となりますので、なるべく仔細な記述をお願いします。

1. 留学全般について

（1）留学当初の所感（第1・2回目報告書記載）について、自己評価や、留学前からの意識の変化等

私にとってこの一年間は、間違いなく人生で最も有意義な時間でした。自信をもって「頑張った」と思え、胸を張って帰国することができました。帰国してから幾日か経ちますが、今でも「あんなに頑張って、挑戦してきたから何でもできる！」と考える自分に、留学前からの心境や心持の変化を感じますし、よりポジティブにアクティブに活動することができ、改めて素晴らしい経験をしたなと感じています。

（2）留学前にもっと準備をしておけばよかったと感じること

圧倒的に語学です。フランス語はまだしも、英語はできて当然の環境でした。つたない英語でもみんな優しいので最後まで聞いて理解してくれますが、フランクな日常会話とそのスピード感に慣れていればよかったなと思いました。フランス語に関しては準備の重要性をかなり感じました。というのも、DFES コースは一学期しか履修できず、二学期からは普通のフランス語で開講されるコースに登録しなければならないからです。そのため、フランス語を学習院でも履修していなかった私は一学期中に仏語を猛勉強し、二学期に備えていました。日本でも早くから勉強していれば…と何度思ったことでしょうか。語学はいくら勉強してもメリットしかありません。是非、フランス語をある程度身に着けてからの留学に挑戦してみてください。

2. 留学先大学について

(1) 留学先大学の授業や教授等についての印象や感想

リヨン政治学院 (Sciences Po Lyon) はグランゼコールといわれるエリート校です。仏学生はもちろん、世界中から優秀な学生が集い、ハイレベルな授業が提供されています。学部というくくりがないので、全員が数ある授業から好きに科目を選択できることはとても魅力的でした。授業スタイルもディスカッションや質疑応答を重要視しており、インプットとアウトプットがかなう様式でより理解を深めることができます。

また 2022 年 5 月にはロシア対ウクライナ戦争が勃発している中、ウクライナの現大統領ゼレンスキー氏が特別講師としてオンラインでお話をしてくださいました。今振り返ってみてもあまりに貴重な体験でしたし、それほど Sciences po はフランスの未来、世界の未来を担っていく学生を育む重大な機関なのだかと強く実感しました。これほど恵まれた環境で学び、仲間に出会えたことを誇りに思います。

(2) 留学先大学のキャンパスや施設についての印象や感想

Sciences po Lyon のキャンパスは比較的きれいといえるでしょう。ほとんど全ての授業を行っている棟も割と新しく、カフェも充実しています。正門から入るメインの建物には広々とした中庭があり、みんなでお昼ご飯を食べたり空き時間を過ごしたりすることもできます。図書館は確か四階建て (フランス式) で、自習できるスペースもあります。コロナ禍ということもありオンラインでも本の貸し出しが可能だったので沢山利用できると思います。時間帯によっては席がよく埋まっているので、その場合は近くの大学の図書館を利用することをお勧めします。

(3) 留学先大学の留学生に対するサポート体制について

語学面：留学生を対象とした語学補習講座のようなものが授業として或いは授業外で開講されているかどうか、また開講されている場合は、その時間数や内容、費用等について書いてください。

フランス語の授業は事前に行われるテスト (DELF) によって五段階のグループ別で開講されています。一番初心者用のクラスはアルファベットから習うことができる初歩的なもので、週 8 時間の授業です。それ以外のクラスは週 2 時間になります。基本的に初学期は全員参加、二学期目から履修の選択ができます。学校側が自動的にグループを割り振りますが、授業を受けてみて自分のレベルに合っていなかったら上でも下でも変更は可能ですので、履修登録期間に試してみることが大事だと思います。

生活面：生活面のサポートや留学生向けのイベントについて書いてください。

生活面は、主に学校の学生団体 BDI がサポートしてくれます。バディーを組むことができ、何でも相談できる友達ができます。また留学生と在仏学生の交流を広げるため、たくさんのイベントを催してくれるので積極的に参加するといいいでしょう。皆さんとても優し

く、楽しい思い出でいっぱいです。

資金面：現地で得られる奨学金等の情報があれば書いてください。

特になかったかと思います。

(4) 留学先大学周辺の治安について書いてください。

大学周辺は非常にアクセスも良く、徒歩5分ほどで主要駅に行くことができます。大学の前にはトラムも通っており、非常に便利です。大学周辺は治安が良いですが、主要駅は人が多く、スリなどに注意が必要です。また、5～10分ほど北に歩くと、リヨン1治安が悪いといわれている Gilotiere という地区があります。ここに女性一人で行くには非常に危険ですので、行く際には男性の方と複数人で行動することをお勧めします。

(5) 留学先での履修科目等

※本学での単位認定に関係なく、①に派遣先で履修した科目名をすべて記入してください。単位が認定された場合は、その科目の②に本学での科目名を記入してください。行は適宜追加してください。

※成績証明書を添付してください。

①留学先での履修科目名 (単位数)	②本学で単位認定された科目名 (単位数)
Cities and aspect of globalization	
Justice and democracy in the era of globalization	
Europe's nuclear independence	
Asian law	
Enjeux politiques et sociaux de la transition	
Ethique et droit des être non-humains	
Philosophy of international relation	
Rapports sociaux de sexe	
Français Langue Etrangère Intensif S1	
Français Langue Etrangère 2	

まだ単位認定されていないです。

3. 宿舎について

(1) 種類

大学の寮／アパート／ホームステイ／その他

9～12月ホームステイ(二件)、1月以降は一般寮(大学のではない)

(2) 家賃

・ホームステイ

月額(現地通貨)約 500 ユーロ、(日本円)約 67,500 円

・一般寮

月額（現地通貨）約 350 ユーロ、（日本円）約 47,250 円

（3）食事

- ・ホームステイ 食事付き 朝昼夕
- ・一般寮 食事付き 昼夕

（4）大学までの交通手段、所要時間

- ・ホームステイ 地下鉄＋トラム 30分
- ・寮 地下鉄 20分

（5）感想、良かった点・悪かった点

1. ホームステイ

ホームステイは寂しくない、楽しい、温かいの三拍子が揃っています。日本を離れ異文化で一人生活することに寂しさと不安から、ホームシックになってしまう人は少なくないです。ホストファミリーと生活することで家族のように接してくれ、「寂しい」とは感じませんでした。また、フランスの真の生活に触れられ、家庭料理、生活習慣、言葉遣い、コミュニケーションなど実際にそこの身を置かなければ知り得ないことを日々体験し、毎日新しいことを知ることができるワクワク感がとても楽しかったです。また、本当に家族のような安心感を与えてくれました。

一方で語学力不足、異文化理解の面で苦勞したところがあります。仏語に関しては少しずつ慣れていくのですが最初はかなり大変でした。また、異文化理解については、衛生管理、食生活など生活に欠かせない面で日本とのギャップを実感しました。

ただホストファミリーにもよると思いますが、間違いなく良い経験になると思うので、少しでも興味ある方は短期からでも挑戦すると思います。

2. 一般寮

私が住んでいた寮は学校指定の寮ではなく、一般の学生から社会人、家族までいる一般寮でした。そのため幅広い年代、職業、国籍の方に出会うことができたのはとても良い機会だったと思います。

悪かった点としては、寮内が完全に安全だったとはいえないところです。ごくたまにご近所トラブルに巻き込まれたり不安点もありましたが、そこを含めフランスらしいなと思えた寮で今では良い思い出です。

4. 費用について

（1）学 費

（現地通貨）約 0 ユーロ、（日本円）約 0 円（協定留学のため）

（2）渡航方法と金額

飛行機／船舶／その他、（日本円）約 行き 10万＋帰り 5万 円

（3）生活費

（現地通貨）月額・年額 約 700 ユーロ、（日本円）約 94,000 円

※宿舎費を含めた金額を記入してください。

(4) 費用の持参方法

国際ブランドプリペイドカード／クレジットカード／現金／その他（ デビットカード ）

⇒その方法についての感想、良かった点・悪かった点

私は渡仏期間、日常的な支払いには9割方デビットカードを使っていました。

大事な時や少し金額が大きくなる際はクレジットカードを用い、現金はほとんど持って行かなかったです。ただ、マルシェは現金払いの習慣がまだ残っていますので、利用したい方は少し多めでもいいかもしれません。逆に言えば、マルシェ等以外はほぼカード払いなので、カードは数枚持って行った方が良いでしょう。

(5) 「学習院大学海外留学奨学金」を受給した場合、その主な支出内容と金額の内訳

前期 20万円

フランスでのボランティア活動、インターンシップの参加費に活用させて頂きました。

5. 保険について

(1) 保険会社名

東京海上日動火災保険株式会社

(2) 保険料

98,530円

(3) 加入した保険の種類、内容

長期32日超 プランF

(4) 感想、良かった点・悪かった点

大学の方で紹介して頂いた保険会社さんで、申請もスムーズに済み、とても迅速に対応してくださったので安心できました。

6. 荷物について

(1) 荷物の送付方法

手荷物／船便／SAL便／航空便／海外宅配便／その他（ ）

(2) 持って行って良かったと思う物

ハンガー、薬、メモ帳（日記）、持ち運び用アルコール消毒

(3) 持って行く必要が無かったと思う物

余分なスキンケア用品、

(4) 持って行けば良かったと思う物

サランラップ、レンジで茹でれるパスタ容器、カレールー

7. 平日および週末の平均的な過ごし方

(1) 平日

平日は日によって様々ですが、午前から授業がある日は隙間時間を図書館や近くの川沿いで過ごしていました。ただあまりにも時間が空く場合は一度家に帰ってから再度学校に通っていました。午後から授業の日は、午前寮の友達とご飯を食べてから、徒歩で通学したりveloを使ってみたり、比較的ラフに過ごしていました。

(2) 週末

前半、ホームステイをしていた時はホストファミリーの友達とパーティー、近くの街に観光、親せきの家に訪問など毎週末何かしらのイベントが発生していましたので、毎週飽きずにホームステイならではの経験を沢山出来たと思います。

寮に移り住んでからは、1人でゆっくりする時間も増え、余裕を持った時間の使いかたができていたと思います。友達と遊びに行くのは勿論ですが、1人で街を散策したり、公園に行ったり、日帰りで行けるような近場の街を観光したりと充実していました。また私は美術館巡りが大好きだったのでリヨンにある様々な美術館にかなり通っていたと思います。

私のお勧めは、やっぱり川沿いで日向ぼっこか読書です。川の鳥を見ているだけでも息抜きにぴったりだと思いますので、勉強で疲れた際は是非。

8. 後輩へのアドバイス等

留学が終了して今の私が最も感じていることは、達成感です。振り返ってみると色々な感情が交錯しているなと思います。楽しかったこと、嬉しかったこと、悲しかったこと、辛かったことのある感情がぎゅっと詰まった一年間でした。留学は楽しいことばかりではなく、時に逃げ出したくなるかもしれません。そんな時は必ず周りの友達、家族、学校に少しは頼ってみてください。留学してるから一人で全部こなすぞ！精神も大事ですが、我慢しすぎず程よく休息してください。心も軽くなって、より一層楽しく過ごせるでしょう。

9. その他、雑感や要望など書きたいことがある場合は自由に書いてください。

皆さんの留学が素敵な時間となりますように、応援しています。